

優しい先輩たちの教えに助かっています

三木 雄一朗 さん



みき ゆういちろう さん / 21歳 / 津別町出身 / ホクレン津別給油所に勤務 / 共和

青春

くるーずあっぷ

今年の5月からホクレン津別給油所で働く三木さんにお話を伺いました。

三木さんは小学校から高校まで津別で過ごした後、札幌医療福祉デジタル専門学校へ進学し、プログラマの知識を深めました。「学校の授業が終わってからは友達の見をもらいながらドコモのiアプリのコンテストに出すプログラムを組み立てたりしていました」と学生の頃の生活を振り返ります。

現在の仕事は車のオイル交換やタイヤの空気圧チェックなどを担

当「11日と12日にフェアがあり交通整理を任せられました。あれだけたくさんの方が訪れてくれてとてもうれしく、忙しかったことが印象深いです」と話します。

これからの目標について伺うと「もっと車のことを理解して、的確な作業を行えるようになりたいです。また、仕事を続けながら自分の作ったコンピュータプログラムやキャラクターが、公式に世の中で出回るような作品を作ることができればいいなと思っています」と語ってくれました。

温故知新

【378】

道路のごみ清掃ボランティア

竹林 信三 さん



たけばやし のぶさう さん / 昭和7年2月大阪府で生まれ / 77歳 / 豊永在住

大阪で生まれた竹林さん。「私が小学6年生の時に、母親は亡くなりました」と話してくれました。戦後の食糧難、昭和21年10月24日、常呂町（現北見市）に農業開拓者として入植。父親が入植した場所は、昭和58年の常呂町開拓100周年を記念して森林公園の中に建てられている展望塔、通称『ホタテタワー』の近くでした」と話します。

「農業機械がない時代で、農耕には馬が必要とされている時で、当時は、家畜の改良と向上を目的に優秀な牛、馬を発掘するため、総合家畜評議会が町、農業協同組合主催で、毎年開催されていました」と語る。

「私が、大切に愛情込めて手入れした馬が、昭和32年、金賞、昭和33年、銀賞、昭和34年、銀賞と3年連続して受賞し、町で話題となりました」と当時を懐かしむ。受賞メダルは、50年以上たった今も大事に保管されている。

父親が、昭和41年に4月28日、73歳で亡くなる。

昭和42年、離農し津別町へ。「住宅の壁を作る仕事を自営（下請け）で行いました」と話します。

住宅建築現場で、セメントに砂を混ぜ、下地に金網を張る外壁（モルタル）が住宅の主流のときに忙しかったです」と語る。

その後は、住宅の外壁が、サイディング、コンクリートに変わり廃業し、津別建設㈱、日本緑化施設㈱に勤務。土木関係の仕事に従事し、平成15年、退職し現在に至る。

退職後は、健康維持のため、交通量の少ない、日の出に毎朝2時間くらい、歩くようになった。歩いていると、心無い不法投棄ポイ捨てされたごみの多さに驚きました。

「健康で元気なうちは、ただ歩くだけでは勿体無いので、ボランティアで道路のごみ拾いをしています」と日課の環境美化活動は今後も続く。

健康いきいき

子どものスキンケア

「赤ちゃんや子どもの肌はすべすべして柔らかく、スキンケアは不要、余計なものは塗らない方がいい」と思っている方も多いのではないのでしょうか。しかし最近、「生まれた直後からの正しいスキンケアが必要」と言われています。

なぜ生まれた直後からのスキンケアが必要？

子どもの皮膚は大人の皮膚と比べて薄く、生まれたばかりの新生児では大人の半分程度の厚みしかありません。また、皮膚の表面にあるバリア機能（外からの刺激に対抗する力）が未熟であるため、食べ物や汚れ、細菌やウイルス、アレルギーを起こす物質の侵入を受けやすくなっています。更に、赤ちゃんは生まれる前にお母さんのお腹の中で羊水に浮かんでいたことで、出生後に皮膚から水分が蒸発して乾燥しやすいという特徴があります。

肌のトラブルの入り口は、皮膚の乾燥とされています。乾燥を放置すると、「ガサガサする」「ガサガサがひどくなると、皮

がむける」そのまま放置すると、「バリア機能が壊れる」「皮膚がかゆくなったり湿疹ができる」「アレルギーなどが侵入しやすくなる」「皮膚にトラブルが発生する」…という悪循環がおきます。

子どもの肌を健康に保つには、日頃から皮膚を乾燥から守り、バリア機能を高めておく必要があります。アレルギーの要素があっても皮膚のバリア機能を高めておくことにより発症をある程度抑えることができます。

子どもの皮膚を乾燥から守るには？

入浴後、皮膚が湿潤しているうちに（遅くとも15分以内）、全身に保湿剤を塗ります。乾燥が続く場合は、朝晩全身に保湿剤を塗ることをお勧めします。少なくとも1歳頃まで継続することで、皮膚のバリア機能を高めることができます。

この他に、入浴時に優しく泡でなでるように皮膚を洗う、石鹸を十分に洗い流す、水分は皮膚をこすらずにそっと押えるようにして拭くことも大切です。

暮らしを支える

税

納付のお忘れは ありませんか？

10月1日までに、町道民税の1期、2期、固定資産税1期から3期、国民健康保険税の1期から4期、軽自動車税全期分の納期限が到来しています。役場から届いている納付書を確認していただき、納期限が過ぎて納付を忘れていたものがありましたら至急納付をして下さい。

納期限を過ぎますと延滞金の計算の対象となり、納付する税額や納付した日にもよりますが、本税と併せて「延滞金」も納めていただくこととなります。

納期限後、納付されていない税があるとして「督促状」を送付しますが、それでもなお納付せず、そのまま放置しておくと、給与、預貯金、財産等の差押をするようになります。そのようなことにならないためにも納期限内の納付をお願いします。

また、納期限までに納付できない方は、そのまま放置せず役場収納担当で納税相談されるようお願いいたします。

口座振替制度を利用されている方は通常は月末（郵便局は25日）引落になっていますので振替日前までに口座の残高の確認をお願いします。残高不足で口座振替ができない場合は納付書（役場収納担当で再発行します）で納付していただくことになります。